

EL KAMASUTRA ILUSTRADO

RAQUEL NAVARRO

RAQUEL NAVARRO

EL KAMASUTRA ILUSTRADO

El Manual más Completo con 69 Posiciones
para Principiantes y Expertos

EL KAMASUTRA ILUSTRADO

El Manual más Completo con 69 Posiciones para
Principiantes y Expertos

RAQUEL NAVARRO

El Kamasutra Ilustrado © 2020 Raquel Navarro – Todos los derechos reservados

Se prohíbe la reproducción, incluso parcial, del contenido de este libro. Todos los derechos son reservados en todos los países, incluidos los derechos de traducción, almacenamiento electrónico y adaptación total o parcial, con cualquier tecnología.

La reproducción del contenido requiere una autorización expresa y por escrito del Autor.

**A todas las parejas insatisfechas y aburridas, y a mi novio,
Federico a quien le dedico este libro**

Raquel Navarro

ÍNDICE

Introducción

Posiciones Preliminares

1. Placer para ella
2. Equilibrio armonioso
3. Placer para él
4. La adoración

Posiciones De Acostados

5. El triángulo chispeante
6. La cucharita
7. La cucharita abierta
8. Cabalgada aventurera
9. El Nirvana
10. La cruz
11. El helicóptero
12. La samba lateral
13. Triángulo tórrido
14. Felicidad eterna
15. La estrella invertida
16. La sacudida
17. Quédate conmigo
18. El Volcán
19. La Cruz noruega
20. Postura transversal
21. El Abrazo

22. Cara a Cara

Posiciones De Sentados

23. Vibración ardiente

24. Rapsodia

25. La amazona

26. Supernova invertida

27. Aperitivo sabrosón

28. Cruzados

29. El limbo

Posiciones De Pie

30. La escalada

31. La seductora

32. La Torre de Pisa

33. Lento y constante

34. Contra la pared

35. De puntillas

36. Con los pies en el suelo

37. La danza del deseo

38. Impulso ardiente

39. Pasión ardiente

40. Ángulo pasional

41. Impulsos armoniosos

42. Guíame

Posiciones Arrodillados

43. Roce caliente

44. Dominación

45. La montaña mágica

Posiciones Mixtas

- [46. La pierna arriba](#)
- [47. Las tijeras sexuales](#)
- [48. Secretos de oriente](#)
- [49. Insaciable](#)
- [50. La mariposa](#)
- [51. La llave](#)
- [52. El cartero](#)
- [53. Paseo en carrusel](#)
- [54. El francotirador](#)
- [55. La emboscada](#)
- [56. El maestro de los muslos](#)
- [57. Supremacía](#)
- [58. Apertura en equilibrio](#)
- [59. Columpio superior](#)
- [60. La Esfinge](#)
- [61. Cabalgada normanda](#)
- [62. El perezoso](#)
- [63. El apoyo divino](#)
- [64. El Jardín del Edén](#)
- [65. Contemplación](#)
- [66. El candado](#)
- [67. La ascensión de la lujuria](#)
- [68. El puente levadizo](#)
- [69. La carretilla](#)

INTRODUCCIÓN

Todos amamos el sexo, pero ¿somos realmente capaces de hacerlo bien? Si la respuesta es sí y no, o un no tajante, este manual es para ustedes.

Sean honestos, han comprado este manual porque quieren descubrir el arte del sexo, de las posiciones transmitidas desde el siglo VI, y porque se han cansado del misionero habitual. Y tienen razón, todavía hay muchas otras posiciones por aprender para mejorar las relaciones sexuales con su pareja.

En este manual les mostraré 69 posiciones, pruébenlas personalmente y les garantizo que muchas de ellas los excitarán tanto hasta el punto de preguntarse: *¿por qué no compramos este manual antes?*

Puede ser que lo que funciona para ustedes no le guste a otra persona, pero cuando hayan terminado de leerlo seguramente habrán descubierto muchos trucos nuevos que pueden usar en cada relación futura.

El objetivo que me propuse al escribir este libro es ayudar a todas aquellas parejas que no pueden dar un impulso a sus relaciones íntimas, y que se han dado cuenta de que estas se han vuelto casi "rutinarias", incapaces de despertar placer o diversión para ambos. Todavía nos queremos, por supuesto, pero permanecer en esta situación durante mucho tiempo no es aconsejable si buscamos una relación a largo plazo.

Muchas parejas se avergüenzan de recurrir a expertos para encontrar una solución, pero no se preocupen. Ya el hecho de que hayan decidido comprar este manual es un enorme avance y representa una señal de autoconciencia.

Otro consejo que me gustaría darles es no ver el sexo como una tarea: algo que hacer una, dos, tres o cuántas veces a la semana. De esta manera, solo entrarán en un estado de monotonía.

En este libro encontrarán muchas posiciones sexuales, que no requieren habilidades atléticas extraordinarias, ¡pero son perfectas para añadir una dosis de variedad en sus relaciones de pareja!

El sexo es el mayor grado de interacción entre dos personas y sirve para explorar un lado de nuestra pareja que no todos pueden ver. Si hacen el amor solo para descargar la tensión de la jornada laboral, sentirse cerca de su pareja o celebrar un resultado obtenido, es muy importante que se respeten mutuamente y escuchen las fantasías del otro. Comiencen a practicar probando un par a la vez, sin tener miedo a equivocarse y la pereza que caracteriza a la mayoría de las personas cuando se trata de cambiar los hábitos sexuales.

Los puntos que se enumeran a continuación son precisamente las “señales de alarma” que les ayudarán a entender cómo hizo bien en comprar este manual, precisamente porque es necesario dar un impulso adicional a las relaciones con su pareja:

- No recuerdan cuándo fue la última vez que tuvieron relaciones sexuales;
- Sus juguetes sexuales han terminado en el armario;

- Los preliminares o juegos previos duran hasta que se encuentran los condones;
- La técnica de seducción más excitante es quitarse la ropa interior;
- El sexo se ha convertido en una rutina programada;
- Eligieron ver un programa de televisión en lugar de hacer el amor;
- No están dispuestos a levantarse media hora antes para tener relaciones sexuales antes de empezar el día;
- No recuerdan la última vez que sintieron placer al tener relaciones sexuales;

Si han ocurrido más de uno de estos problemas, nada está perdido. Pueden volver a hacer el amor con gran pasión gracias a las 69 posiciones del Kamasutra. Si confían en mi consejo, estoy segura de que después de finalizar la relación querrán repetir.

POSICIONES PRELIMINARES

Las siguientes posiciones se pueden usar como parte de los preliminares o juegos previos o como posiciones independientes cuando una de las partes quiere relajarse o centrarse en el placer de su pareja.

1. Placer para ella

Esta posición es realmente extraordinaria para una mujer que ama el sexo oral. Se acuesta cómodamente boca arriba, con las piernas inclinadas y juntas. Las levanta sosteniéndolas con las manos en esta posición.

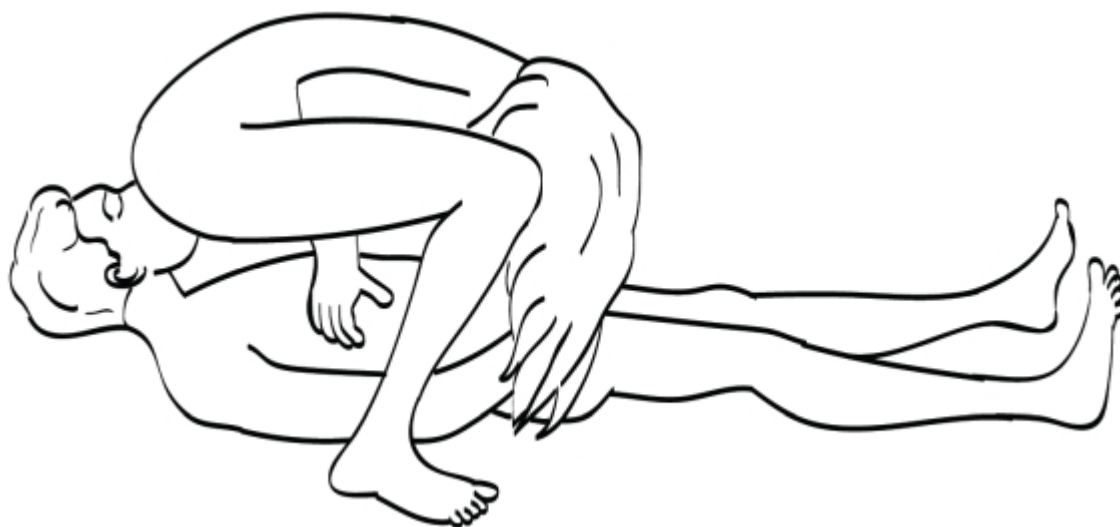


El hombre se sienta delante a ella, de rodillas, abriendo ligeramente las piernas y apoyando los brazos sobre sus muslos. Luego el hombre procede oralmente, acariciándole los muslos y nalgas con las manos.

Variante Sexi: cuando el hombre está lo suficientemente excitado, se pone de pie, se acerca a la mujer, abre las piernas y la penetra, controlando tanto la velocidad como el ritmo.

2. Equilibrio armonioso

Esta no es la posición clásica de 69, ya que aquí el hombre hace todo el trabajo. Es perfecta cuando quiere satisfacer a su mujer dejándola relajarse y divertirse. Esta posición también se puede usar como preparación antes de la acción principal.



Comienza con el hombre acostado en la cama con la cabeza sobre la almohada, que debe asegurarse de que sea muy cómodo. La mujer se agacha hacia atrás sobre su rostro y se pone en posición fetal (coloca las manos sobre el pecho para sostenerse y la cabeza entre las rodillas).

Su amante entonces empieza a estimular el clítoris y a acariciar la vagina con la boca y la lengua. Su objetivo principal es lamerla mientras roza su pene con su mano libre.

3. Placer para él

Esta posición es complementaria al Placer para ella, con los roles invertidos. El hombre comienza acostándose boca arriba, doblando las piernas en las rodillas.

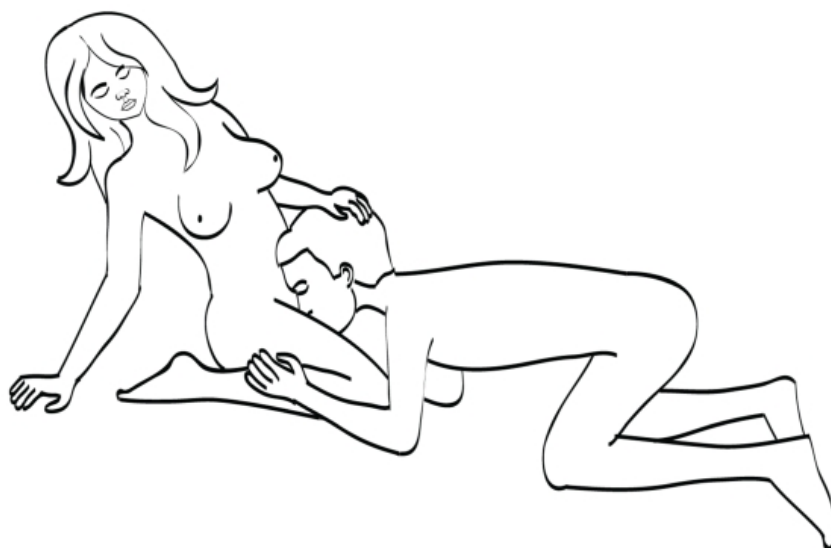


La mujer se sienta sobre sus pies entre sus piernas. Luego toma sus caderas y las levanta mientras se inclina hacia adelante, alcanzando su pene.

Esta posición se puede usar como parte de los juegos previos o como una posición independiente, donde el hombre alcanza un orgasmo gracias a la actividad oral de la mujer.

4. La adoración

Esta es la posición ideal para los juegos previos femeninos. La mujer guía al hombre hasta alcanzar el clímax final. Comienza sentándose sobre las piernas dobladas y ligeramente abiertas, apoyándose en los brazos.



El hombre se sienta de rodillas frente a ella, colocando los brazos cerca de sus pies y el rostro frente a su vagina. Esta posición le brinda a la mujer todo el poder para conducir y dirigir a su amante.

Si conoce bien su cuerpo y no necesita ninguna dirección, ella puede relajarse completamente mientras él le acaricia sus pechos, muslos o pelvis.

POSICIONES DE ACOSTADOS

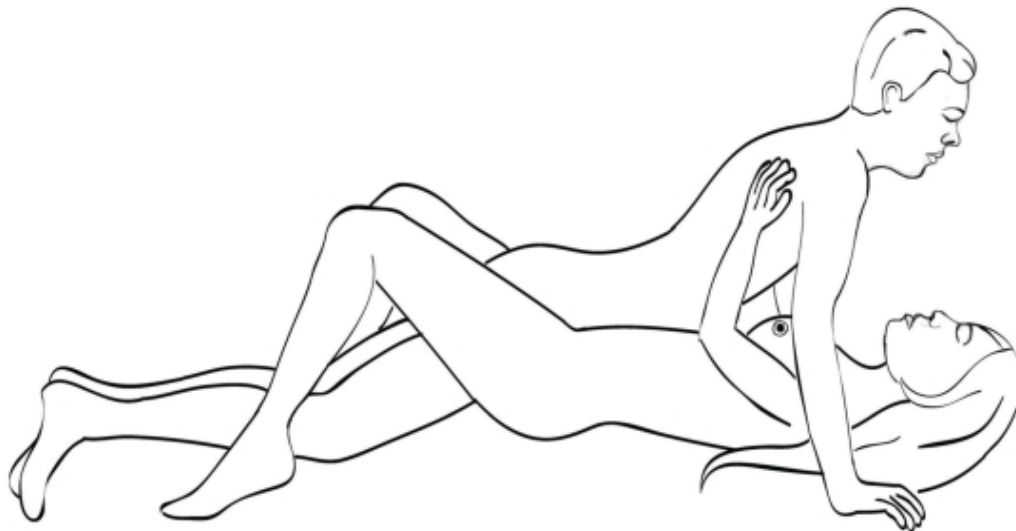
En estas posiciones ambas partes están acostadas. Estas posiciones generalmente se realizan en la cama o en otra superficie plana y tienden a ser menos onerosas para al menos una de las dos partes. Échales un vistazo si están excitados, o si prefieren relajarse mientras alcanzan su recompensa orgásmica.

Importante: Mientras encuentren una posición que les permita relajarse, ¡su pareja puede necesitar trabajar duro!

5. El triángulo chispeante

Esta posición puede recordarles el clásico Misionero, pero tiene un toque sexi. La mujer está acostada boca arriba, con las piernas muy separadas entre sí para permitir que su compañero se coloque en el medio.

Se pone a “cuatro patas” (o en una posición de *plank* para un entrenamiento adicional), colocando las manos a ambos lados de la cabeza de su compañera. La mujer levanta las caderas, empujando hacia arriba con los pies y realiza todos los movimientos; de esta manera puede controlar tanto la penetración como la velocidad. Se puede usar una almohada pequeña debajo de la pelvis para una mejor comodidad.



Variante sexi: Prueben esta posición invertida: ¡el hombre abajo y la mujer encima!

6. La cucharita

La cucharita es la posición ideal para los amantes de las caricias. Tanto el hombre como la mujer yacen de lado, con el hombre de cuclillas contra la espalda de su mujer.

La compañera lleva las piernas al pecho, permitiendo una fácil penetración por detrás. Su amante puede usar las manos para acariciarla por delante.

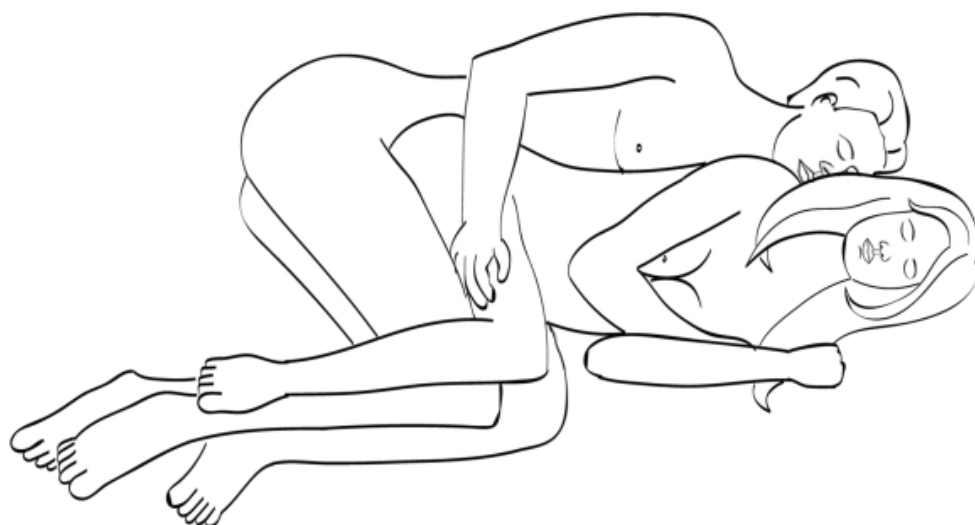


Un consejo para la mujer en una mañana perezosa: acurrúcate en esta posición junto a tu hombre y comienza a moverte rítmicamente contra él: ¡se despertará muy feliz! Esta también es una excelente posición para usar durante el embarazo. El hombre puede extender las piernas o ponerlas en cuchara entre las piernas de su mujer.

7. La cucharita abierta

Esta posición es similar a la de la cucharita simple. La compañera está acostada de lado y presiona la espalda contra su pareja. El hombre la penetra mientras ella abre sus piernas para que él pueda poner las suyas entre las mismas.

Esta posición puede tomar algún tiempo para dominarla y encontrar el mejor ángulo, ¡pero vale la pena!



8. Cabalgada aventurera

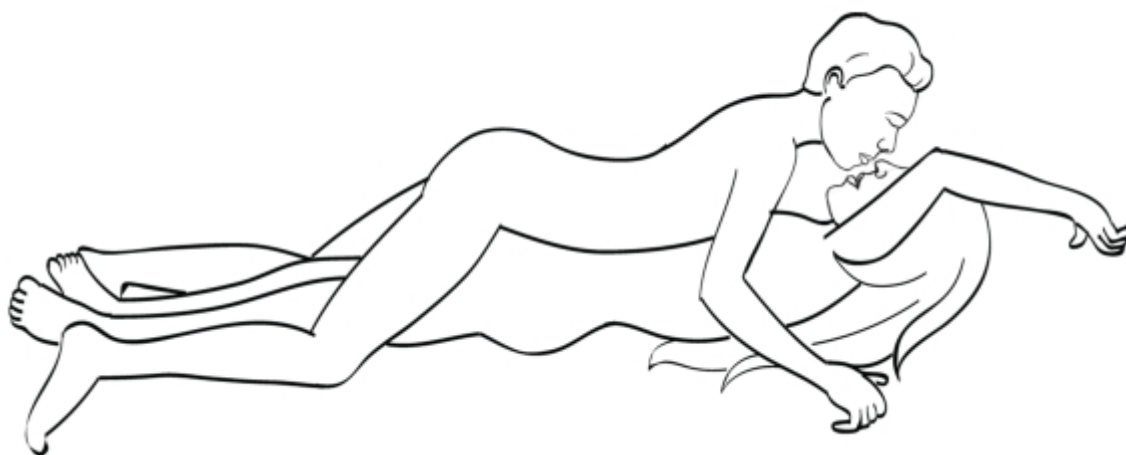
Una posición de transición ideal para cambiar de una posición a otra. El hombre está acostado boca arriba, la mujer se sienta sobre él con la espalda hacia abajo, permitiéndole penetrarla. Luego se recuesta hacia atrás, poniendo los codos sobre la cama para sostener su peso corporal, y dobla las piernas, apoyando los pies sobre las rodillas de su amante.

En esta posición, el hombre controla tanto el ritmo como la penetración. El lado problemático es el empuje, ya que ninguno de los dos está en una posición ideal para moverse con facilidad. Esta es otra posición que mejora con la práctica.



9. El Nirvana

Esta es otra posición derivada del clásico Misionero, ¡pero no es ni aburrida ni obvia! La mujer está acostada boca arriba con las piernas juntas y se sostiene en la cabecera o el colchón para hacer presión.



El hombre la monta con las rodillas a los lados de las piernas y penetra por el frente. Ambas partes deben moverse en sincronía. Las piernas cerradas de la mujer en esta posición hacen que todo más estrecho, aumentando la intensidad y la sensación, además de permitir la estimulación del clítoris.

El único inconveniente de esta posición es el riesgo de deslizarse hacia fuera debido a las piernas bien cerradas.

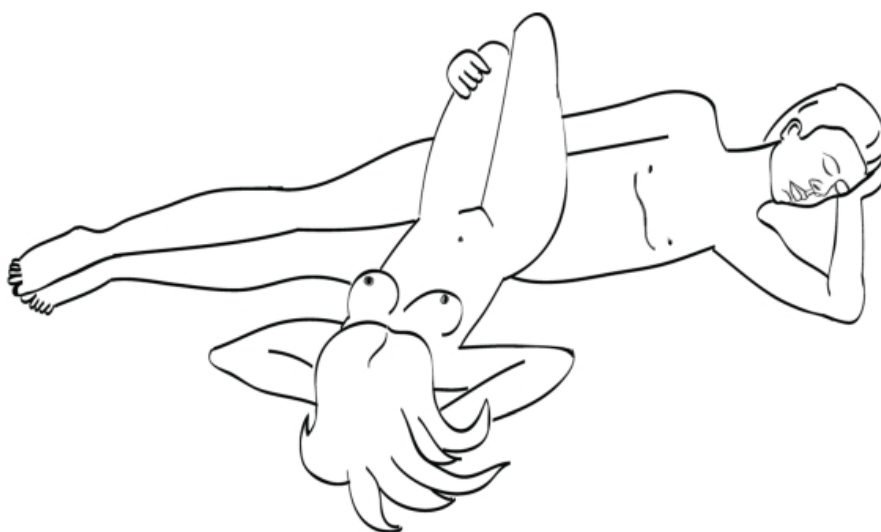
Un consejo para la mujer: abre ligeramente las piernas, facilitando la penetración, luego mantenlas firmemente cerradas.

10. La cruz

Esta es la posición perfecta cuando no están de humor para hacer algo extenuante.

El hombre se acuesta sobre su cama de lado, apoyando la cabeza sobre su codo. También la mujer está acostada en la cama, con sus nalgas hacia la pelvis del hombre y el cuerpo perpendicular al suyo.

Se acerca a él y pone las piernas sobre su cuerpo, apoyando los pies en la cama detrás de sus nalgas. Su amante la penetra lentamente y aumenta constantemente el ritmo. Esta posición también es ideal para las parejas con una marcada diferencia de altura.



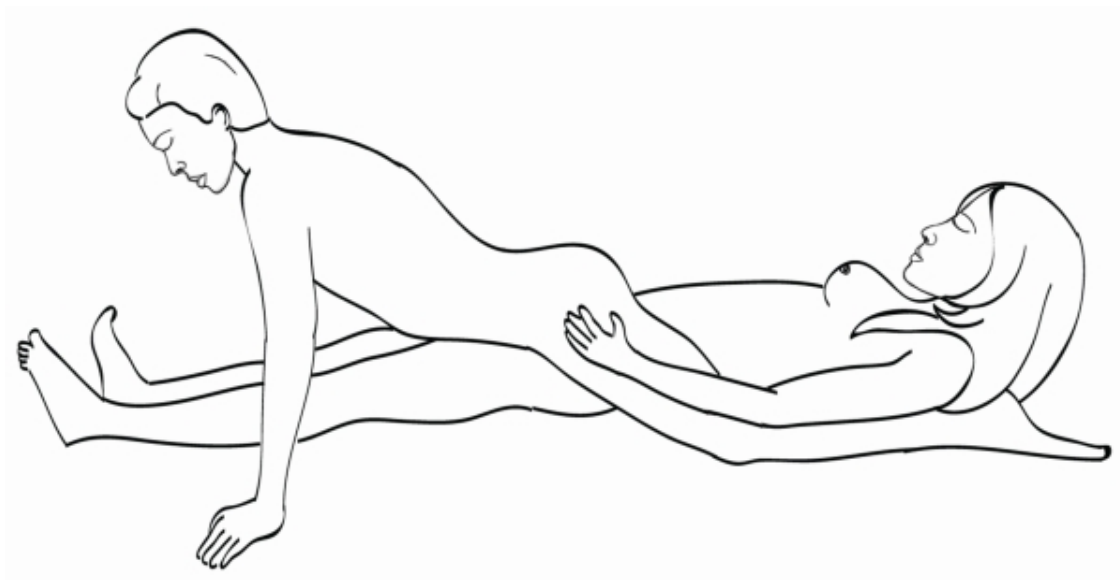
11. El helicóptero

La mujer se acuesta en la cama con las piernas extendidas y ligeramente separadas. El hombre se acuesta sobre ella con los pies hacia su cabeza y sobre su torso.

Luego mete su pene en la vagina para penetrarla.

Esta es una posición muy sensual tanto para la mujer como para el hombre. La mujer puede disfrutar de las nalgas y los muslos de su amante en todo su esplendor.

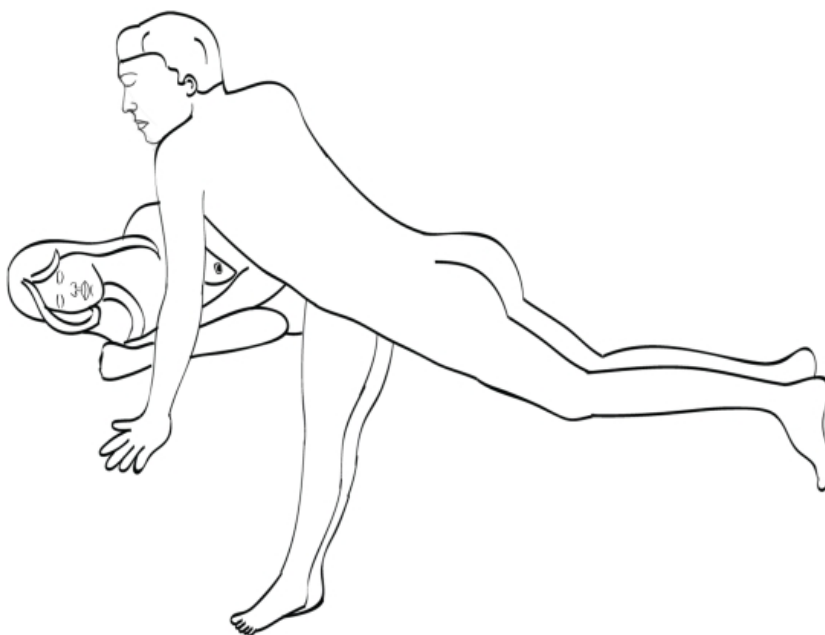
Un consejo para el hombre: penetrar en este ángulo puede ser bastante difícil, así que trata de empezar arrodillado y acuéstate solo entonces.



12. La samba lateral

Agreguen un poco de danza a su repertorio con esta posición. La mujer está acostada de lado con las piernas extendidas y dobladas en la cintura en un ángulo de 90 grados. Su compañero está a su lado en la posición de la cuchara.

Después de entrar en su amante, gira ligeramente levantando su peso con los antebrazos. Así que está suspendido sobre su cuerpo, penetrando desde arriba. La posición angular de las piernas de la mujer proporciona una sensación muy intensa y agradable.

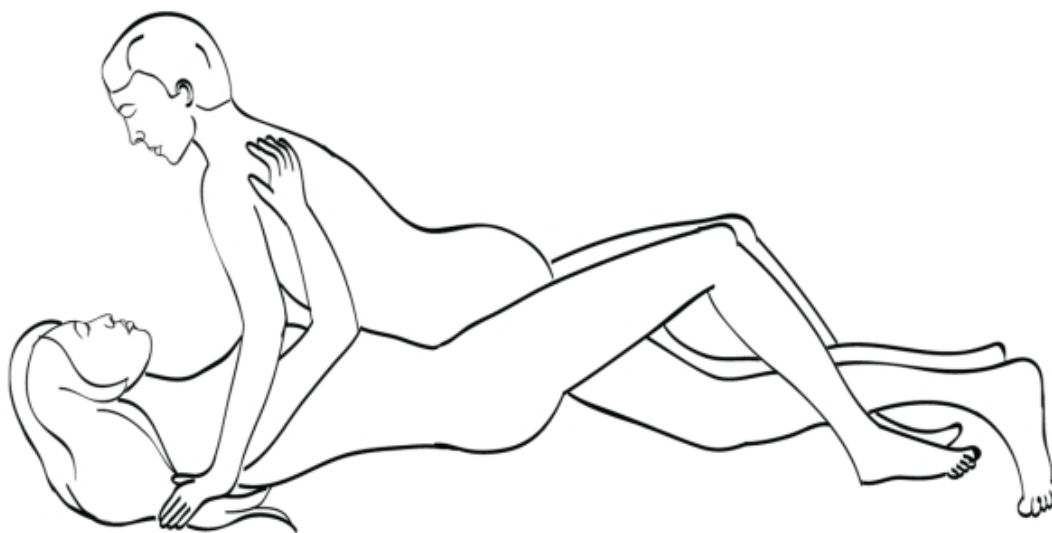


13. Triángulo tórrido

Otra variante sexi de la posición del Misionero, que estimulará tus terminaciones nerviosas al máximo. La mujer está acostada boca arriba, con las piernas separadas lo suficiente como para permitir que su amante la penetre.

El hombre se acuesta encima de ella, sosteniendo su peso sobre los brazos extendidos. Ella dobla ligeramente las rodillas y levanta las caderas para alcanzar su ritmo.

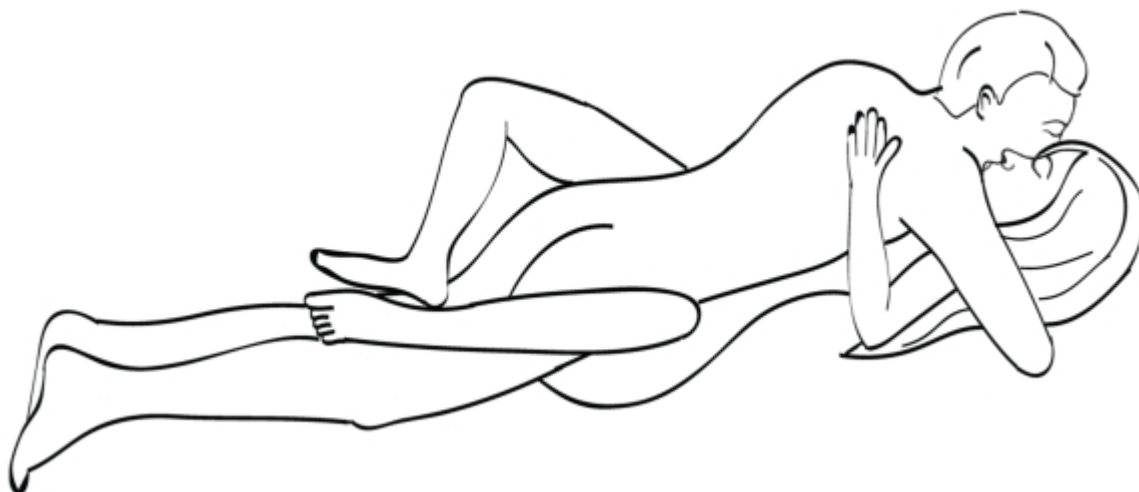
Sus pies permanecen en la cama todo el tiempo. También puede poner una almohada debajo de la pelvis para sentirse más cómoda.



Esta posición es fantástica para las parejas a las que les gustan darse besos largos, intensos y apasionados.

14. Felicidad eterna

Esta posición sexual se basa en la cercanía y expresión de su afecto mutuo. La mujer está acostada en la cama con las rodillas hacia el pecho, distantes entre sí. El hombre se acuesta sobre ella, poniendo los brazos alrededor del cuello y manteniéndola cerca. Desde esta posición, la penetra mientras ella pone sus pies en la parte posterior de sus piernas, justo debajo de las nalgas.



El hombre controla el ritmo y la velocidad, mientras que la mujer puede acentuar sus sensaciones tirando las nalgas de su amante más cerca de su pelvis.

15. La estrella invertida

El hombre se acuesta boca arriba con las piernas separadas y las rodillas ligeramente dobladas.

La mujer se pone encima de él, con una de sus piernas entre las de él.

Una de sus manos está estirada y la apoya sobre la cama como soporte, mientras que el otro brazo está doblado por el codo y apoyado sobre el pecho del hombre. Él entonces le agarra las nalgas para estar en una posición perfecta y poder controlar el ritmo.

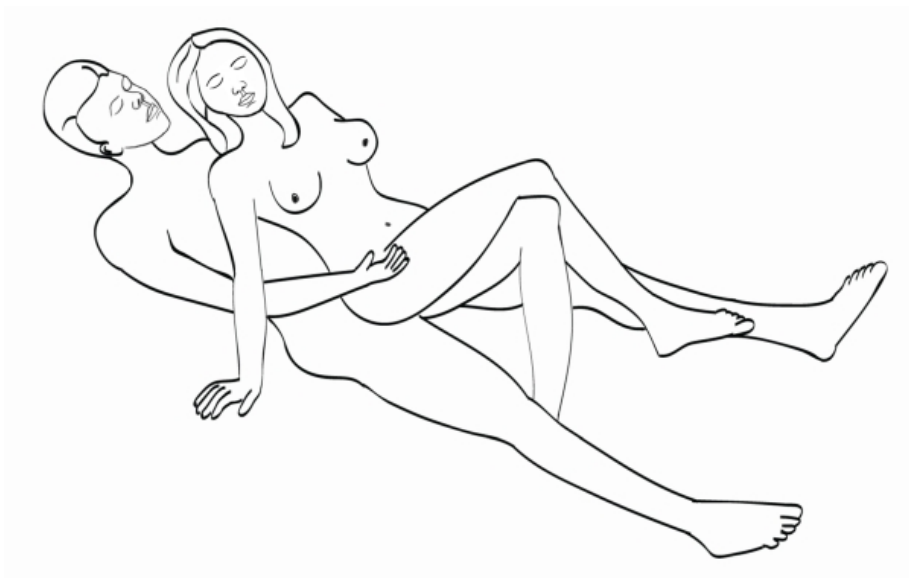


16. La sacudida

Esta posición comienza con el hombre acostado boca arriba y con las piernas abiertas. La mujer se sienta en su pene, inclinándose ligeramente hacia atrás y se apoya con las manos colocadas al lado de los antebrazos del hombre.

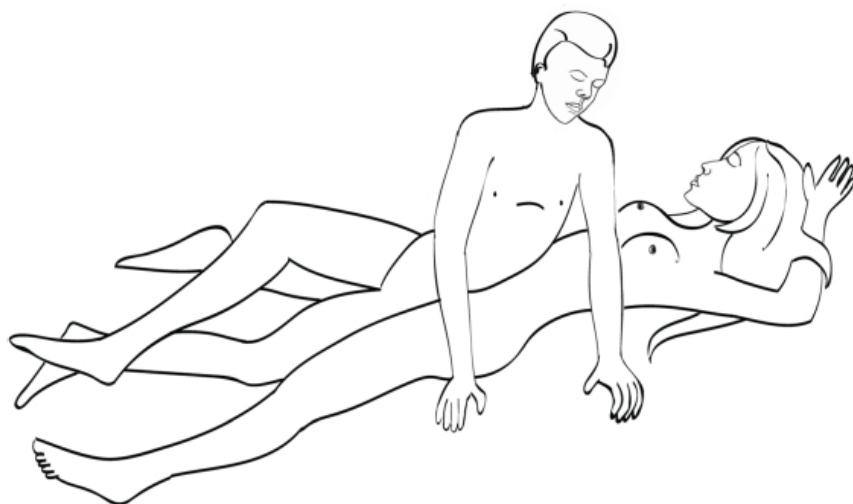
Luego cruza las piernas como si estuviera sentada en una silla. El hombre toma a su mujer por las nalgas o la pelvis y la ayuda a moverse.

Esta posición ofrece al hombre un ángulo excelente para ver toda la situación. La mujer puede sentir el toque cálido de las manos de su amante, así como el ardiente placer que penetra en todo su ser.

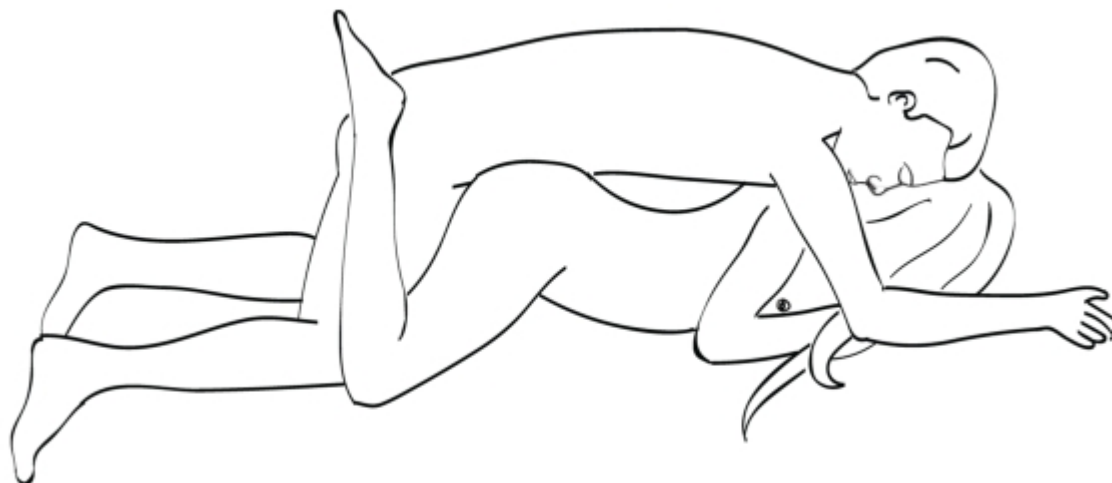


17. Quédate conmigo

Esta es una posición especial que todos deberían intentar al menos una vez. La mujer está acostada boca arriba, con los brazos levantados y las piernas extendidas, doblando una en la rodilla. Su compañero yace sobre ella de tal manera que sus piernas abiertas y rectas se encuentran bajo la pierna doblada de la amante, y sostiene la parte superior de su cuerpo con los brazos mientras penetra a su compañera lateralmente.



18. El Volcán

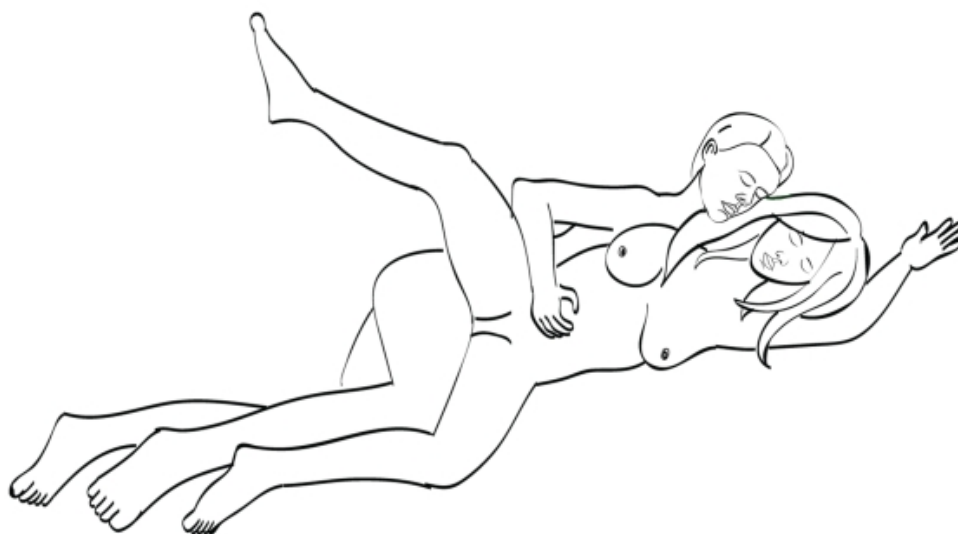


Esta es la posición ideal para cuando quieren sentirse cerca a su amante y al mismo tiempo renovar su vida sexual. La mujer está acostada sobre su vientre mientras dobla las rodillas y las extiende. Luego gira la cabeza hacia un lado mientras su hombre se arrodilla y se acomoda entre sus piernas.

Luego él apoya la parte superior de su cuerpo sobre el suyo. Las piernas de la mujer presionan contra los muslos del hombre; sus brazos están doblados por los codos y presionados cerca de su cuerpo. Puede sostenerse sobre los brazos de su hombre, que también están doblados por los codos.

19. La Cruz noruega

Esta es una posición relajante que permite a ambos amantes sentirse cerca el uno del otro.

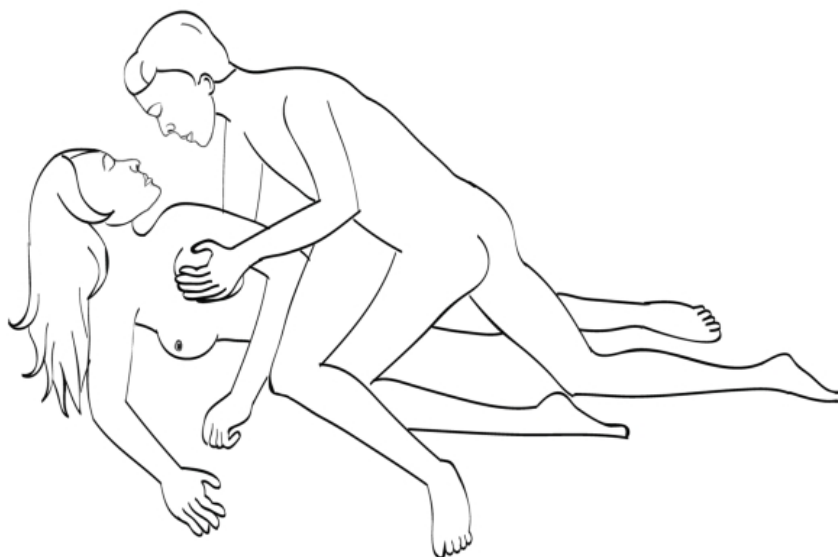


La mujer está acostada de lado, con ambas piernas ligeramente separadas y dobladas a las rodillas. El hombre yace a su lado y le pone una pierna en la cadera penetrando por detrás. La mujer levanta la pierna superior y la sostiene en el aire o la dobla hacia la espalda.

En esta posición, el hombre es libre de usar su mano para acariciar los pechos, el vientre y el clítoris de la amante, besándole el cuello. La mujer puede usar su mano libre para acariciar el muslo de su hombre.

20. Postura transversal

Esta posición es perfecta para aquellos a los que les gusta besarse durante el coito. La mujer yace de lado con una pierna extendida y la otra completamente doblada a la rodilla. Su brazo está doblado en el codo para sostenerse.



El hombre se coloca entre las piernas de su mujer en modo que una pierna esté ligeramente doblada y al lado de la pierna extendida de su mujer, mientras que la otra está en el pliegue de su pierna doblada.

Luego se sostiene con los brazos y la penetra por detrás. Desde esta posición, el hombre puede acariciar los pechos de su amante para una mayor estimulación y ambos amantes pueden perderse en la dulzura de sus besos.

21. El Abrazo

Incluso si no son amantes del sexo matutino, apreciarán esta posición, especialmente temprano en la mañana.

La mujer comienza acostándose de lado y levantando los brazos, luego doblando las piernas en las rodillas y extendiéndolas hacia un lado.

El hombre está acostado de lado justo detrás de ella. Pone una de sus piernas dobladas sobre su muslo, manteniendo la otra pierna recta.

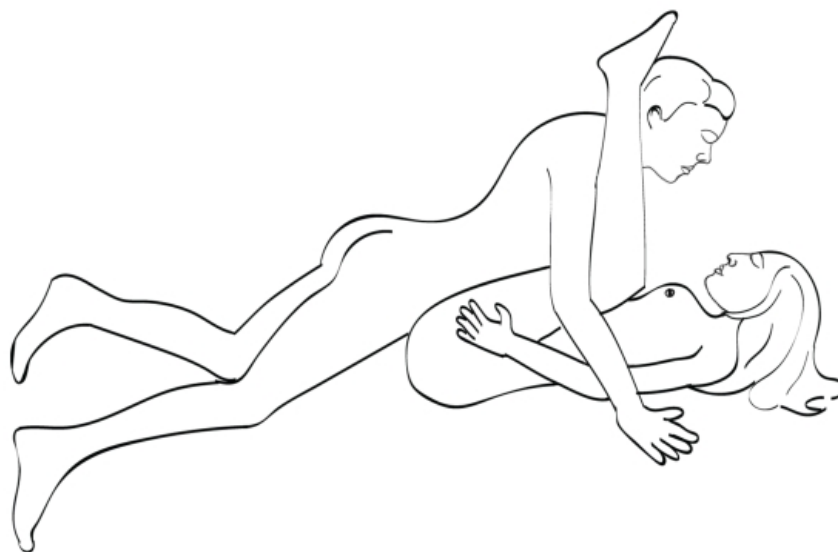
Luego la penetra desde esta posición y comienza a moverse.

Puede usar la mano libre para aferrar la cadera de la mujer o acariciar los pechos, cuello e incluso su clítoris.



22. Cara a Cara

La mujer está acostada boca arriba y tira sus piernas hacia su pecho. El hombre se acerca a ella, equilibrado, apoyándose con las manos al lado de los hombros de la mujer. Sus piernas están ligeramente dobladas y separadas, como si estuviera arrodillado.



La mujer pone sus piernas sobre sus hombros y alrededor de su cuello, dejando que el hombre comience a penetrar.

POSICIONES DE SENTADOS

En las siguientes posiciones, ambos compañeros están sentados en el borde de una superficie (cama, mesa, silla, etc.). Dependiendo de la posición elegida, una de las dos partes tendrá que “esforzarse” más, así que pueden decidir hacerlo por turnos.

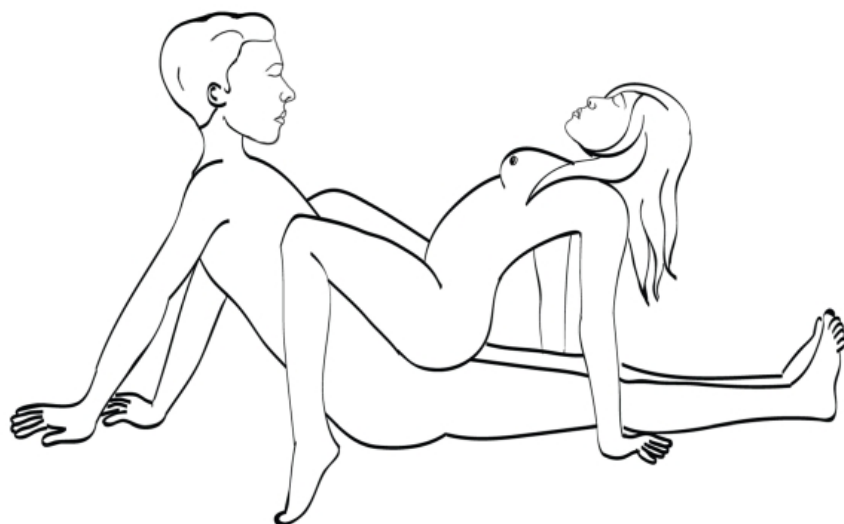
23. Vibración ardiente



Esta posición es ideal para alcanzar un contacto profundo. La mujer controla el ritmo, sentada sobre el hombre, que se sienta inclinándose hacia atrás.

La mujer puede usar sus manos para acariciar el pecho de su hombre, y ambos amantes están cerca el uno del otro para disfrutar de besos ardientes y apasionados.

24. Rapsodia



El hombre se sienta en la cama con las piernas estiradas hacia adelante, apoyándose con las manos detrás de él.

La mujer se sienta sobre sus muslos, permitiéndole penetrarla y colocando las piernas a ambos lados del pecho de su amante con las rodillas dobladas. Luego se apoya nuevamente sobre sus manos, colocadas a los lados de sus piernas.

Para estar más cómoda, la mujer puede levantarse en puntas de pie (depende principalmente de su altura). Ella tiene el control total, balanceando su pelvis hacia adelante y hacia atrás hasta que ambos alcanzan el orgasmo.

Variante sexi n.1: También el hombre dobla las rodillas.

Variante sexi n.2: Una o ambas partes se acuestan en la cama.

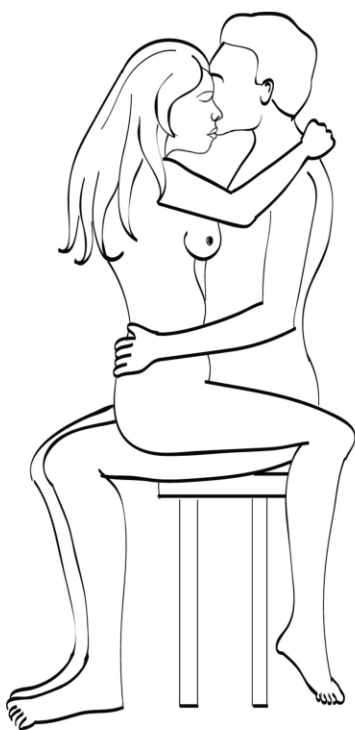
Lleven la posición al siguiente nivel: la mujer usa un juguete sexual en el clítoris para alcanzar orgasmos extremadamente poderosos y múltiples.

25. La amazona

El hombre se sienta en una silla sin respaldo o en un taburete. La mujer se sienta a horcajadas y mueve su peso sobre las rodillas de él.

Si los pies de la mujer alcanzan el piso fácilmente, puede moverse hacia arriba y hacia abajo. Si sus pies no alcanzan el piso, el hombre puede poner sus manos debajo de sus nalgas para levantarla ligeramente con cada movimiento y controlar el ritmo.

La mujer es libre de aferrarse al cuello de su pareja, acariciar su pecho y besar su rostro.



26. Supernova invertida

Esta posición requiere algo de fuerza y elasticidad por parte de la mujer, pero las satisfacciones valdrán la pena. Será difícil con una cama alta respecto al piso, así que si tienen este tipo de cama, deberían intentar esta posición en el sofá o en una mesa de centro.

El hombre comienza sentándose en la cama con los pies en el piso y una almohada (o más) detrás de la espalda para sostenerse. Su compañera lo monta y cae sobre su pelvis para permitirle penetrarla.



Luego se inclina hacia atrás, llegando al piso, con los brazos estirados detrás de ella para sostener la parte superior de su cuerpo. Se puede apoyar con las manos en el piso o en las piernas del amante.

El hombre puede poner sus manos detrás de su espalda o sostenerla por los muslos para ayudarla a permanecer en esta posición.

Para la mujer, se garantizan sensaciones muy poderosas y un orgasmo intenso debido al aumento del flujo de sangre a la cabeza y al cuello.

27. Aperitivo sabrosón

Esta es la posición perfecta para una penetración profunda y estimulación adicional de los pezones.



El hombre se sienta en el suelo o en la cama con una pierna extendida y la otra ligeramente doblada por la rodilla. Su compañera lo monta y agacha la cintura sobre la pelvis, permitiéndole penetrarla.

Entonces ella mueve su peso ligeramente hacia atrás sobre sus piernas. El hombre puede poner sus manos debajo de sus nalgas para acercarla y para una penetración más profunda. El hombre también tiene un pleno acceso a sus pezones para acariciarlos y para una excitación adicional.

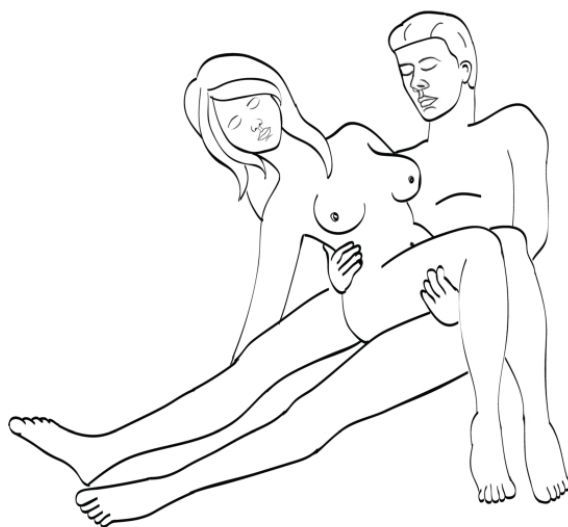
Es una posición muy sensual para la pareja, pero que no requiere mucho esfuerzo.

28. Cruzados

Esta es una posición bastante romántica y dulce que permite a las dos partes sentirse más cercanas entre sí.

El hombre comienza sentándose en la cama con las piernas estiradas frente a él. La mujer se sienta sobre él en posición perpendicular respecto al pecho (de costado), con las piernas dobladas en las rodillas.

Se sostiene apoyando las manos en la cama detrás de ella o abrazando a su hombre. Su amante levanta sus muslos y los baja nuevamente sobre su pene.



Puede seguir levantándola hacia arriba y hacia abajo, controlando la penetración.

El hombre y la mujer también pueden intercambiarse en cualquier momento, dejando que la mujer tome el mando moviéndose hacia arriba y hacia abajo.

Esta posición le da al hombre una entrada perfecta a las zonas erógenas de su mujer, como los senos y pezones, vientre, clítoris, muslos, cuello, rostro y labios. La mujer también puede acariciar el pecho, cuello, rostro y cabello de su hombre.

Pueden encerrarse fácilmente en un beso infinito y profundo, para hacer cada sensación más fuerte.

29. El limbo

Esta es una posición de sentados que les hará sentir particularmente cerca de su pareja. Es especialmente adecuada en aquellos días en que se desea acariciar, pero también excitarse.



El hombre se sienta en la cama y abre las piernas. Su mujer se sienta frente a él y le envuelve los brazos alrededor de su cuello mientras le pone sus piernas sobre sus hombros.

Dado que ambas partes están cara a cara y cerca el uno del otro, el hombre acerca a su mujer aún más agarrándola y la penetra. Ambas partes pueden disfrutar de la cercanía y besarse con pasión y profundidad, intensificando el vínculo entre ellos.

Variante sexi: estar de pie hace que sea más fácil para la pareja y lo convierte en una nueva posición, ¡así que aprovechen ambas!

POSICIONES DE PIE

Las siguientes posiciones suelen requerir una cierta fuerza por parte del hombre, mientras que a la mujer le gusta ser tomada y completamente consumida por la pasión. ¡Aprovechen al máximo estas posiciones!

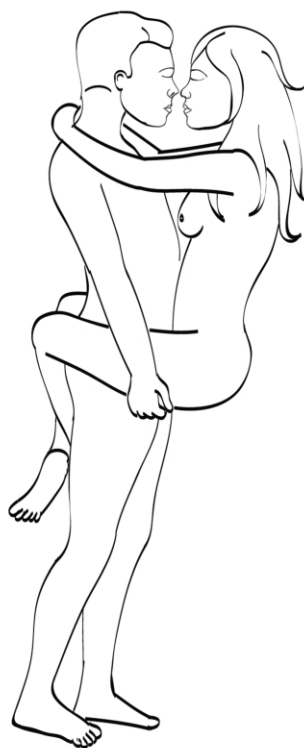
30. La escalada

Esta es otra posición que requiere fuerza en la parte superior del cuerpo del hombre.

Cuanto más fuerte es, por más tiempo la pareja podrá disfrutar de esta posición.

El hombre está de pie y levanta a la mujer. Ella le envuelve sus piernas alrededor de su cintura, permitiéndole penetrarla.

Un consejo para el hombre: para facilitar la penetración, comienza entrando en la mujer mientras está acostada. Luego siéntate y levántala de la cama. Para un mayor apoyo, la mujer puede poner los pies sobre la cama.



31. La seductora

Aquí hay otra posición que requiere que el hombre tenga mayor fuerza en la parte superior de su cuerpo. En un cierto modo, es una variante de la posición de la Escalada antes mencionada.

Ambos amantes comienzan uno frente al otro con la espalda de la mujer presionada contra la pared para obtener un apoyo adicional. Luego abre las piernas.



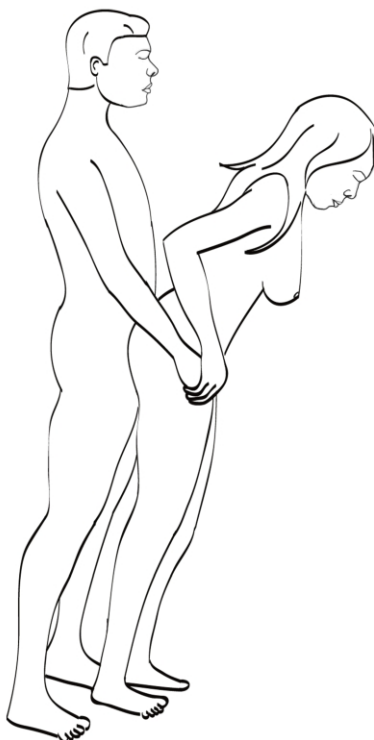
Su compañero dobla las rodillas y la penetra por delante. Luego agarra a su mujer por la cintura mientras todavía está en posición de cucullas mientras ella lo envuelve con las piernas.

Se pone de pie, presionando su cuerpo contra la pared. A pesar de que el hombre aquí tiene una pared como soporte, esta posición

puede ser bastante agotadora. Será más fácil practicando.

32. La Torre de Pisa

Ambos compañeros están en posición de cucharita, con el pecho del hombre encorvado cerca de la espalda de la mujer.



Sus brazos están entrelazados para mejorar el equilibrio y para hacer presión.

Si el hombre es mucho más alto, tendrá que agacharse para penetrar a su mujer. La mujer arquea la espalda y se inclina ligeramente hacia adelante. Para una penetración más profunda del pene, puede apoyarse aún más, sosteniéndose en la pared o en la silla.

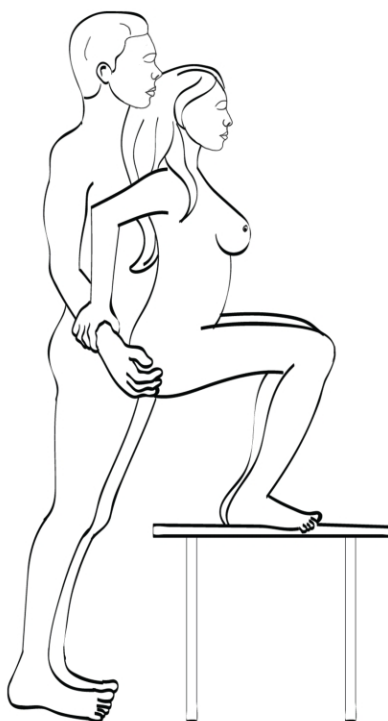
33. Lento y constante

Esta es una excelente posición que puede darle a una mujer algo de entrenamiento. El hombre está de pie en el suelo y la mujer en una superficie baja (como una mesa de centro) frente a él.

Él se acerca a ella por detrás, mientras ella se agacha para permitir la penetración.

El hombre sostiene a la mujer tomando sus nalgas con las manos. Ella puede retroceder y sostenerle los brazos para obtener más apoyo, si es necesario.

Aquí, ella está completamente al mando. Principalmente, la velocidad y el ritmo dependerán de la fuerza muscular de las piernas de la mujer.



34. Contra la pared

Esta posición es la de las películas de Hollywood. Mientras haya una pared en la que apoyarse, se puede hacer en casi cualquier lugar. Sin embargo, si necesita más soporte, puede hacerlo en un escritorio u otra superficie sólida. El hombre y la mujer están uno frente al otro. El hombre se apoya en una pared, sosteniendo a su compañera mientras ella lo monta, una pierna sujeta cerca de las piernas o caderas de él para equilibrarse.



O bien, el hombre puede doblarla y colocarla en posición vertical. Después de la penetración, la mujer presiona los pies contra la pared mientras su compañero la sostiene colocando sus manos debajo de sus nalgas. Él controla la mayoría de los movimientos y la

profundidad de la penetración, aunque la mujer puede usar sus pies para moverse.

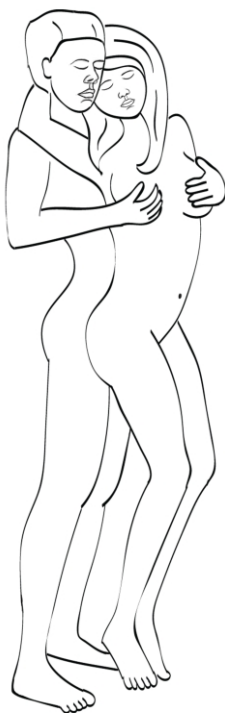
Ambos pueden balancearse juntos en lugar de disfrutar simplemente del movimiento del hombre. Esta es una posición donde ambas partes se sienten muy cerca el uno del otro. Al mismo tiempo, es genial si estás de humor para un encuentro fugaz.

Si el hombre se siente particularmente fuerte, puede realizar esta posición sin apoyarse en la pared. De esta manera, se transformará en una posición altamente erótica ("La escalada") que, sin embargo, requiere una gran cantidad de fuerza en la parte superior del cuerpo.

35. De puntillas

Esta es una posición que se puede comenzar completamente con la ropa puesta y se puede hacer en cualquier lugar de la casa, ¡así que salgan del dormitorio!

Ambos se acercan. La mujer comienza a frotarse contra la ingle de su amante, excitándolo y permitiéndole quitarse la ropa. Luego se vuelve hacia su compañero, apoyándole la cabeza sobre su hombro. Entonces el hombre procede penetrándola lentamente. Ella mantiene el equilibrio agarrándose del cuello y los hombros de su amante. Para aumentar la penetración, la mujer puede ponerse de puntillas.



También puede apretar o relajar los muslos para controlar la sensación. Esta posición es esencialmente la posición de la

cucharita, o de penetración desde atrás y de pie, y le da al hombre un pleno acceso al cuerpo de su amante, que está completamente abierta para él.

El hombre puede sacar el máximo provecho acariciándole los senos, vientre, nalgas y clítoris.

36. Con los pies en el suelo



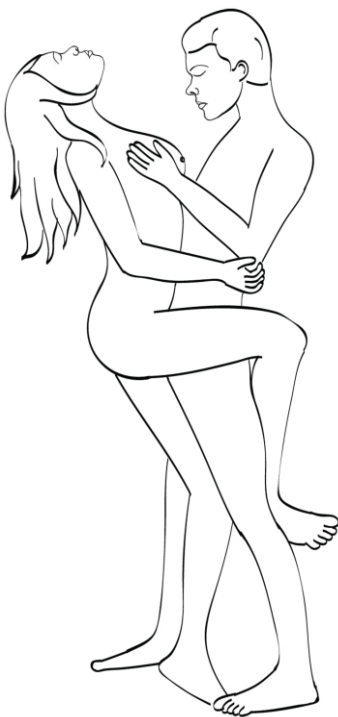
Esta posición audaz es ideal para todos aquellos que aman tener relaciones sexuales en lugares inusuales, como en cualquier parte de la casa, en una discoteca, en un ascensor (¡sí, en un ascensor!) o en cualquier otro lugar externo que les resulte excitante. El hombre está de espaldas con los hombros en la pared. Abre sus piernas un poco y las coloca ligeramente hacia adelante.

Su compañera se le acerca de espalda, inclinándose ligeramente hacia adelante, colocando los talones cerca de los del hombre y las manos sobre los muslos.

El hombre la penetra apretándola por la cintura. El cuerpo de la mujer está disponible para ser explorado por su amante. ¡Hombres, no olviden a su amiguito, el clítoris!

37. La danza del deseo

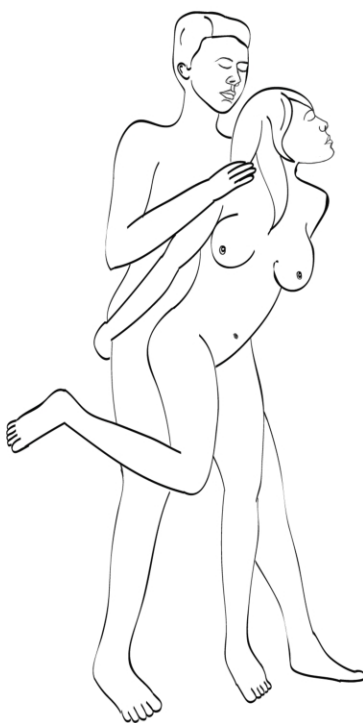
A veces hacer el amor es como bailar. Los dos cuerpos se entrelazan en la pasión y se mueven al unísono. En esta posición, el hombre está de pie, con los pies más separados que el ancho de sus hombros. La mujer lo abraza con una mano y apoya la otra sobre su hombro. Luego se inclina hacia atrás, curvando su espalda y mostrando sus senos para que su hombre los acaricie suavemente y los llene de besos. Luego pone una pierna sobre el muslo de su hombre y coloca la otra entre sus piernas. Al mismo tiempo, su hombre agarra la cintura de su compañera con una mano mientras le acaricia los senos y el cuello con la otra. Esta es otra posición perfecta para aquellas parejas a las que les gusta darse besos largos y dulces.



38. Impulso ardiente

Esta es una posición aún más caliente cuando se hace frente a un espejo. Comienza con el hombre de pie, con los pies separados al ancho de los hombros y las piernas ligeramente dobladas por las rodillas.

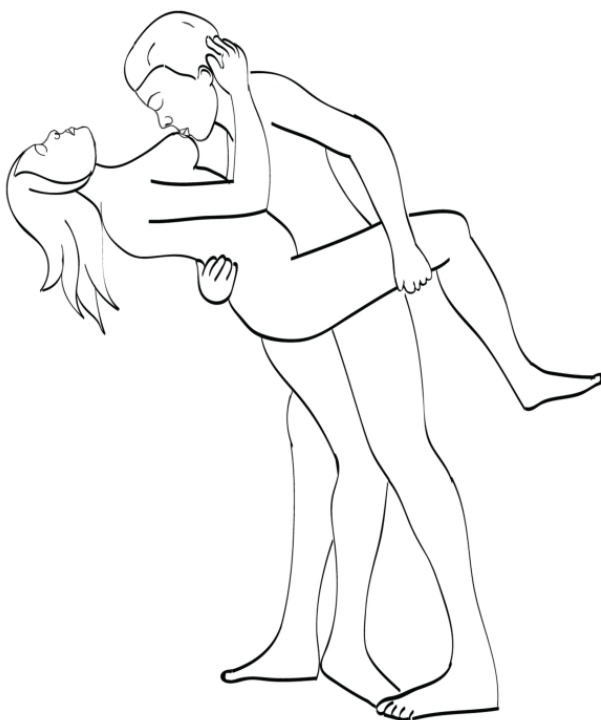
La mujer se coloca de espaldas a él, dobla una pierna y la apoya sobre su muslo. Se mantiene en equilibrio agarrando las nalgas de su amante y echa la cabeza hacia atrás. Su hombre la agarra por los hombros. Para experimentar sensaciones aún más intensas, puede agarrarla suavemente por la garganta.



Aunque a algunas mujeres realmente les gusta, a otras no les gusta en absoluto, así que pruébenlo con precaución. Esta posición es

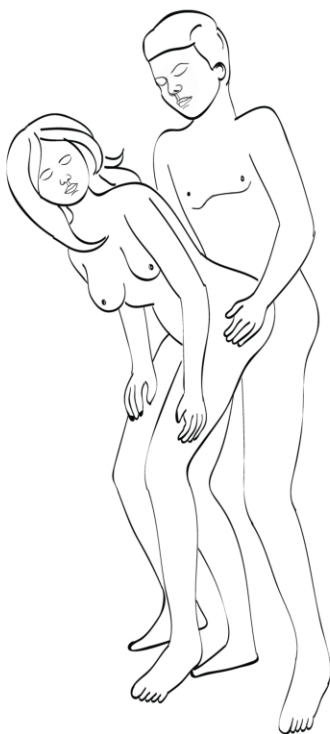
perfecta para aquellos hombres que aman acariciar los senos y el vientre de su pareja.

39. Pasión ardiente



Esta posición es similar a la de la danza del deseo, pero la mujer se inclina hacia atrás y el hombre se inclina hacia adelante. En esta posición, ambas partes se encuentran de pie uno frente al otro. La mujer coloca un pie sobre el muslo del hombre, abraza el cuello con una mano y con la otra dirige su rostro hacia los senos. El hombre sostiene la pierna de la mujer en el muslo, abraza su cintura con su brazo libre y se inclina hacia adelante, acariciando sus senos, penetra a su compañera de pie y ambos se mueven en sincronía.

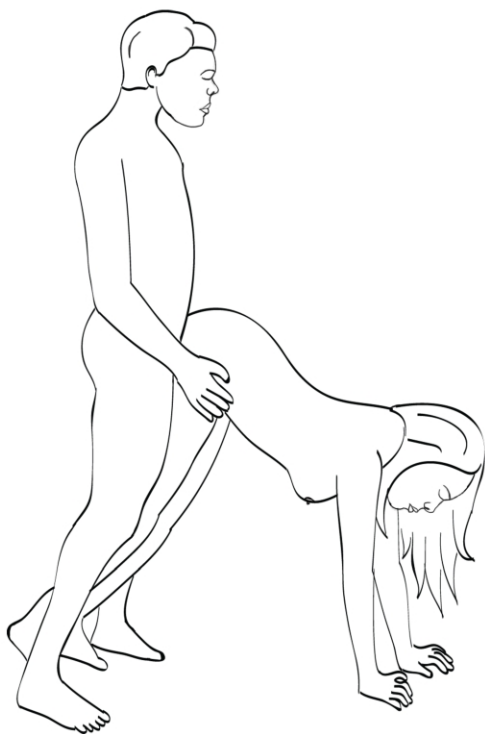
40. Ángulo pasional



El hombre está detrás de la mujer. Ella se inclina ligeramente hacia adelante, dobla las rodillas y se apoya sobre ellas.

El hombre se inclina un poco hacia un lado y dobla una pierna para sostenerse. Luego agarra las nalgas de su compañera, la penetra y comienza a moverse. ¡Se garantizan nuevas e inusuales sensaciones!

41. Impulsos armoniosos



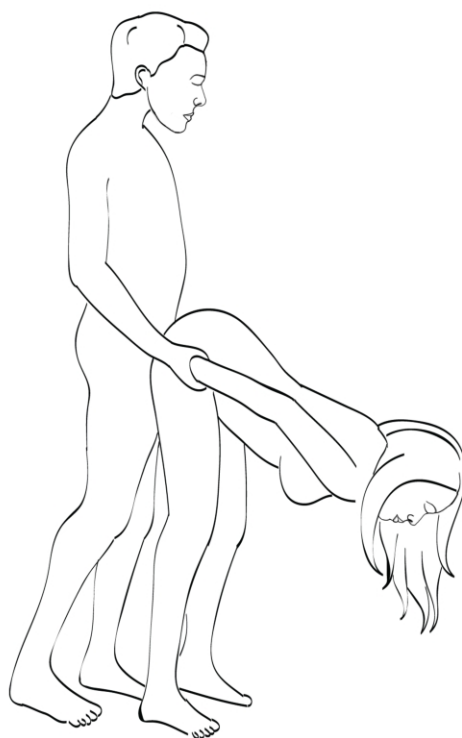
¡Una posición fácil para quienes practican yoga! Es muy similar a la posición del perrito boca abajo para la mujer. Ella está a cuatro patas, con las piernas y los brazos estirados, las nalgas levantadas y los pies en puntas, ligeramente separados. Su hombre se para detrás de ella y le abre las piernas para que estén entre las suyas. Toma a su amante por la cintura y la penetra directamente. Puede usar una de sus manos para estimular el clítoris si es necesario.

Esta posición es ideal para practicar el sexo vigoroso sin riesgo de caerse. La mujer también puede controlar el ritmo y la profundidad de la penetración doblando o enderezando las piernas. Además, puede jugar con el ángulo de penetración si su elasticidad lo permite.

42. Guíame

Esta posición comienza de manera similar al Descenso, pero el hombre sostiene las manos de la mujer detrás de su espalda, que no necesita colocarse entre sus piernas como en la posición anterior.

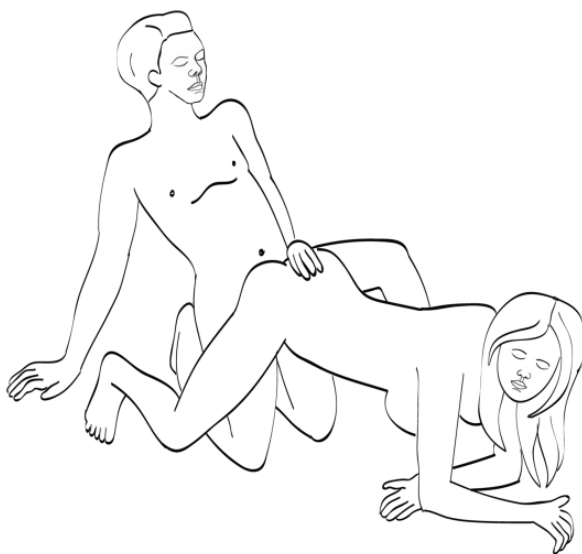
Su hombre sostiene sus muñecas mientras ella se inclina hacia adelante. Luego la penetra por detrás. En esta posición, el hombre literalmente toma las riendas. La mujer puede relajarse dejando que el peso haga de contrapeso. Este también es un excelente ejercicio para fortalecer la confianza.



POSICIONES ARRODILLADOS

Estas posiciones no suelen ser muy exigentes, pero siguen siendo muy sensuales. ¡No se olviden de probarlas todas!

43. Roce caliente



Una variante de la posición del perrito: la mujer está a cuatro patas, pero su peso recae sobre sus antebrazos antes que sus manos. Sus piernas están separadas. Su amante se le acerca por detrás y está de rodillas. El hombre desliza una rodilla entre sus piernas y la otra la sujeta de lado. En esta posición, la mujer tiene el control del movimiento y se balancea hacia adelante y hacia atrás, moviendo su peso.

44. Dominación



Esta es una posición de rodillas para ambas partes. La mujer comienza bajando una rodilla e inclinándose lo más posible hacia adelante. Luego se apoya sobre los codos doblados. Su amante se para detrás de ella para que su pierna estirada se encuentre entre las suyas. Luego pone una mano en la cadera de su mujer y la otra en su espalda, penetrándola con decisión.

El hombre tiene el control total de la profundidad de penetración y velocidad. Puede usar sus manos para acariciar la espalda, las caderas y los muslos de su amante, o incluso estimular el clítoris.

45. La montaña mágica

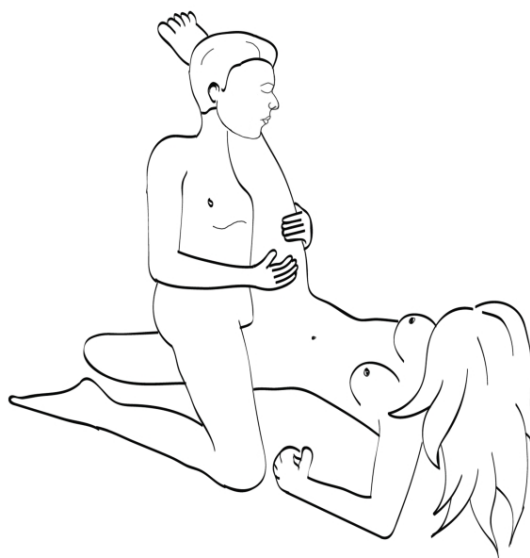


Esta posición requiere varias almohadas: pongan tres o cuatro una encima de la otra. La mujer se inclina primero sobre las almohadas, con los muslos presionados uno contra el otro. El hombre se acurruca por detrás y coloca sus rodillas fuera de las piernas de ella. Luego usa sus pies para conducir la penetración y el ritmo. Esta posición es estimulante y al mismo tiempo relajante para ambas partes.

POSICIONES MIXTAS

En estas posiciones, uno de los compañeros está de pie mientras el otro está sentado, o acostado mientras el otro está de rodillas, etc. Todas estas posiciones merecen ser probadas. ¡La diversión está asegurada!

46. La pierna arriba



Esta es una posición divertida que te pone cara a cara con tu pareja, ¡un indudable valor añadido!

Comienza con la mujer acostada boca arriba con su peso ligeramente movido hacia un lado.

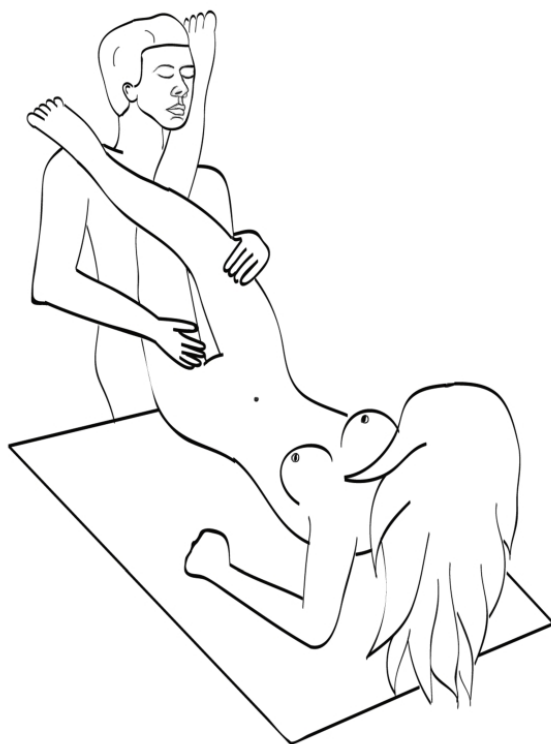
Entonces ella levanta la pierna por el otro lado. El hombre monta la compañera entre las piernas, colocando aquella levantada sobre su hombro. Esta posición le da al hombre el control del ritmo, y la mujer puede mover libremente sus manos.

47. Las tijeras sexuales

Esta posición es excelente para ambas partes, porque es divertida y hace que todo sea más estrecho, ¡para experimentar sensaciones más intensas!

La mujer está acostada mientras que el hombre está de pie. La mujer se acuesta en la cama (o en otra superficie dura) con las nalgas cerca del borde y apoya su torso con los codos. Levanta las piernas en el aire y las cruza para crear una X. Su amante está al borde de la cama, la agarra por las piernas y la penetra.

Variante sexi: El hombre mueve las piernas de su mujer hacia arriba o hacia abajo, hacia la izquierda o hacia la derecha, las presiona hacia su pecho o las separa para cambiarlas.



48. Secretos de oriente

La mujer yace en la cama y lleva las rodillas hacia el pecho. Su amante se arrodilla en la cama frente a ella. Entonces, la mujer apoya sus pies sobre el pecho del hombre mientras él pone los antebrazos sobre sus rodillas.

La mujer agarra los muslos de su compañero y lo acerca para una penetración profunda.

Variante sexi: el hombre presiona las rodillas de su compañera para aumentar su placer.



49. Insaciable

El hombre está acostado boca arriba con las piernas juntas. La mujer lo monta, permitiéndole penetrarla. Luego se inclina hacia atrás, sosteniendo su peso con los brazos y colocándolos cerca de las rodillas de su amante, dirigiendo la velocidad y el ritmo.

El lado positivo de esta posición es que el hombre tiene manos libres para acariciar los muslos de la mujer y estimular su clítoris. ¡Una ventaja para todos!



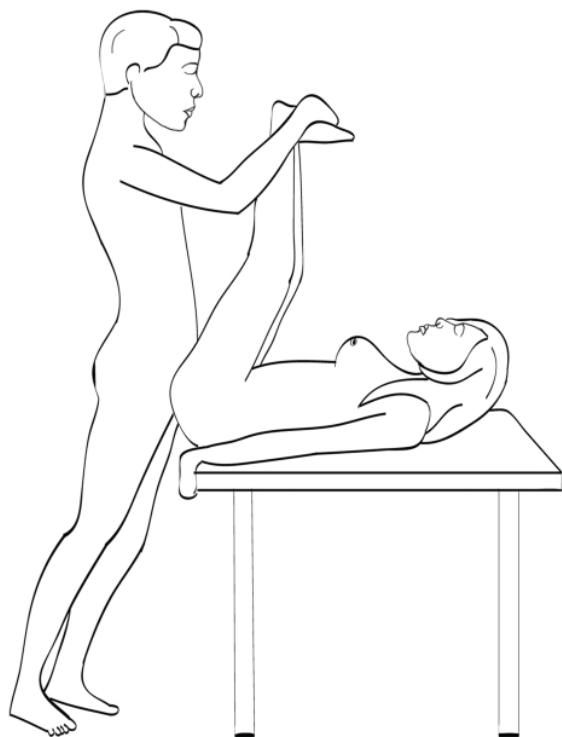
50. La mariposa



Esta es una posición fácil para la mujer, ya que le permite relajarse acostada en la cama. Tira las rodillas hacia el pecho, estirando los pies hacia arriba. Luego levanta sus nalgas mientras su hombre desliza sus rodillas debajo de ella para la penetración.

Un consejo para el hombre: para cambiar el ángulo vaginal y tener una penetración más profunda, empuja en la parte posterior de sus muslos.

51. La llave



En esta posición, la mujer está acostada y el hombre está de pie. La mujer puede acostarse boca arriba, sobre una mesa suficientemente alta, levantando las piernas en el aire y apuntando los pies hacia el techo. Su amante se acerca a la mesa, la agarra por las piernas o los pies y la penetra.

Las piernas de la mujer actúan como una excelente palanca, permitiendo que el hombre controle su penetración y use sus manos para moverse sobre el cuerpo de la mujer.

Al mismo tiempo, la mujer puede abrir las piernas después de la penetración para una sensación diferente.

Variante sexi: ¡El hombre usa un vibrador para llevar el orgasmo de su compañera a un nivel superior!

52. El cartero

La mujer se acuesta en la mesa con la cabeza apoyada y las rodillas ligeramente levantadas hacia el pecho.

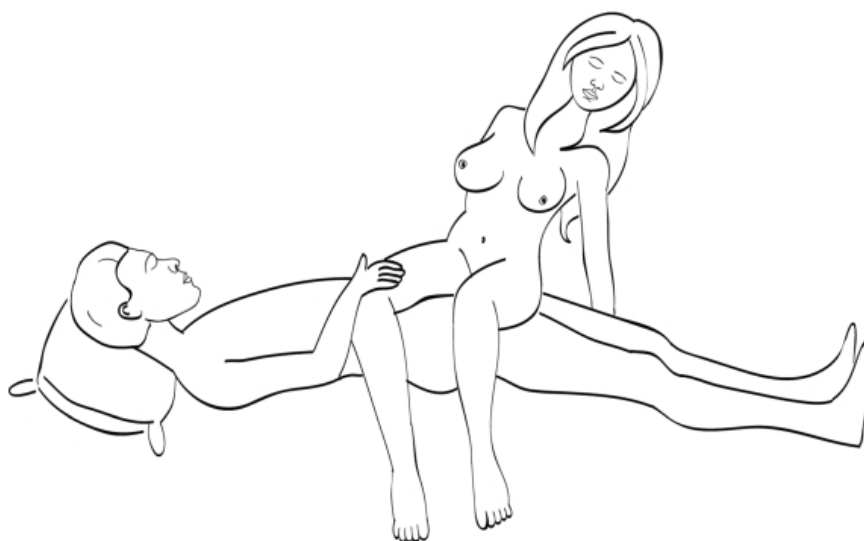
El hombre le agarra las piernas y las abre un poco para penetrarla profundamente. Luego ella dobla las piernas a las rodillas y las apoya en la cintura y los muslos de su amante. Una vez más, las manos del hombre son libres de moverse por todo el cuerpo de la amante, agarrar sus pechos o simplemente aferrarse a un coito salvaje.



53. Paseo en carrusel

El hombre se acuesta boca arriba en la cama, con la cabeza sobre la almohada y las piernas extendidas.

La mujer se agacha en el regazo de su amante con los dos pies junto a su muslo derecho. Se sienta a horcajadas sobre su pene y se inclina hacia atrás, colocando sus manos en la cama detrás de ella junto a su muslo izquierdo. Usando sus brazos como palanca, mueve las caderas hacia arriba y hacia abajo, controlando el ritmo y básicamente haciendo todo el trabajo.



El hombre usa sus manos libres para acariciar a la mujer. Esta es la posición perfecta para las mujeres activas o para aquellos momentos en los que la mujer quiere estar al mando y dominar a su hombre.

54. El francotirador

Ha llegado el momento de que ambos descansen un poco mientras todavía están intentando llegar al orgasmo. La mujer está acostada boca abajo en la cama.

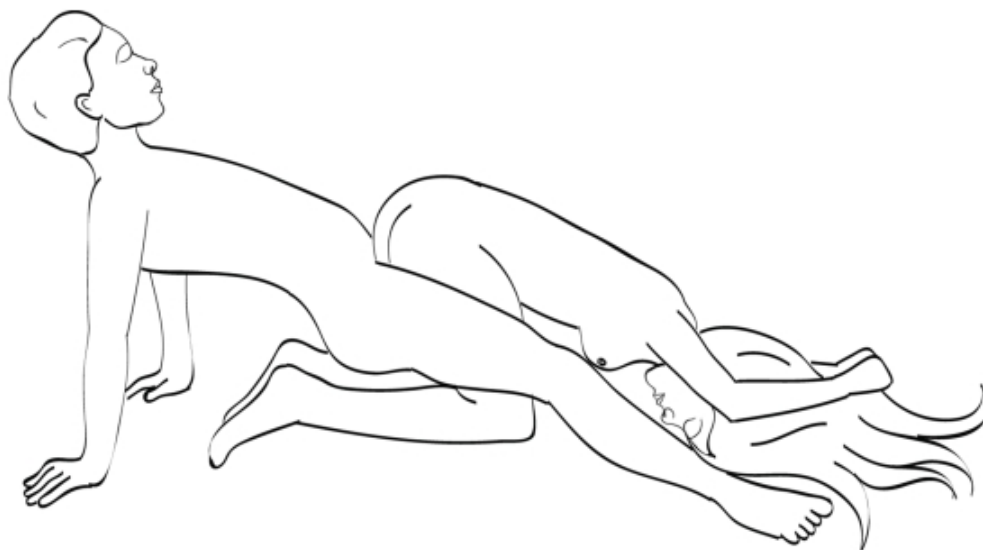
Levante una rodilla ligeramente hacia arriba y coloca un brazo por encima o por debajo de la cabeza, casi como si se estuviera preparando para dormir. Su compañero pone una rodilla entre las piernas y la otra fuera de la pierna extendida. Entonces el hombre la agarra por la espalda y la cadera y la penetra por detrás.



55. La emboscada

Esta posición debe estar absolutamente presente en su lista de posiciones a probar.

La mujer se arrodilla y se inclina completamente hacia adelante, extendiendo los brazos sobre la cabeza. El hombre abre las piernas y se acerca a su amante por detrás, colocándola entre sus piernas y apoyando sus nalgas sobre sus pies.



Se inclina hacia atrás, sosteniéndose en sus manos como apoyo, y comienza a moverse rápido o lentamente, como prefiera, hasta que ambos alcanzan el éxtasis.

56. El maestro de los muslos

Esta es otra posición ideal para la penetración profunda y para los hombres que les gusta observar la acción. Mientras el hombre se relaja, la mujer realiza la mayor parte del trabajo, ya que esta es una posición donde ella está sentada.



El hombre está acostado cómodamente boca arriba y flexiona ligeramente las piernas a las rodillas, abriéndolas un poco. Su amante está sentada encima de él dándole la espalda, un brazo en su pecho y el otro en la pierna. Luego ella se sienta de lado para que una de las piernas de su compañero esté entre las suyas. Mientras ella se sienta, él la penetra profundamente, aumentando su deseo y excitación.

57. Supremacía

Esta es una excelente posición que volverá loco al hombre, pero requiere cierta fuerza en las piernas de la mujer. Ella tiene el control total, mientras que su cuerpo está completamente libre para que su hombre lo disfrute visualmente.



El hombre comienza acostándose en la cama y apoyando la cabeza sobre la almohada.

La mujer se agacha sobre él, apoyando los pies en los muslos de su hombre o en la cama (dependiendo de su peso y su composición corporal y de su pareja). Ella comienza a montar su pene, subiendo y bajando.

La mujer debe permanecer bastante baja para mantener la posición de *sentadillas*, permitiéndole poner sus manos en el pecho de su compañero para mantener el equilibrio. El hombre la sostiene por las piernas o le acaricia el cuerpo. Si siente que su pareja necesita estimulación adicional, puede estimular suavemente su clítoris. Esta

posición garantiza una sensación fuerte y genuina para ambas partes.

Variante sexi: en lugar de usar una posición de *sentadillas*, la mujer puede concentrarse en mover solo sus nalgas, como si estuviera haciendo *twerking* o *perreo*. Esto puede requerir cierta práctica, pero vale la pena.

58. Apertura en equilibrio

Esta es otra posición en la que la mujer está al mando y que garantiza un orgasmo abrumador. El hombre yace boca arriba, la compañera se sube sobre él y abre las piernas tanto como sea posible. Luego pone sus manos en su pecho y se balancea hacia adelante y hacia atrás.



Esta posición no requiere una flexibilidad especial. Sin embargo, cuanto más la mujer pueda estirar las piernas, más intensas serán las sensaciones para ambas partes.

Variante sexi: ¡el hombre está esposado a la cama!

59. Columpio superior

Esta es una posición donde el hombre está acostado y la mujer sentada. El hombre comienza acostado boca arriba.

Levanta la cabeza ligeramente mientras se apoya en los codos. También dobla las piernas y las separa. La mujer se sienta encima de él entre sus piernas, lo más cerca posible del pene.

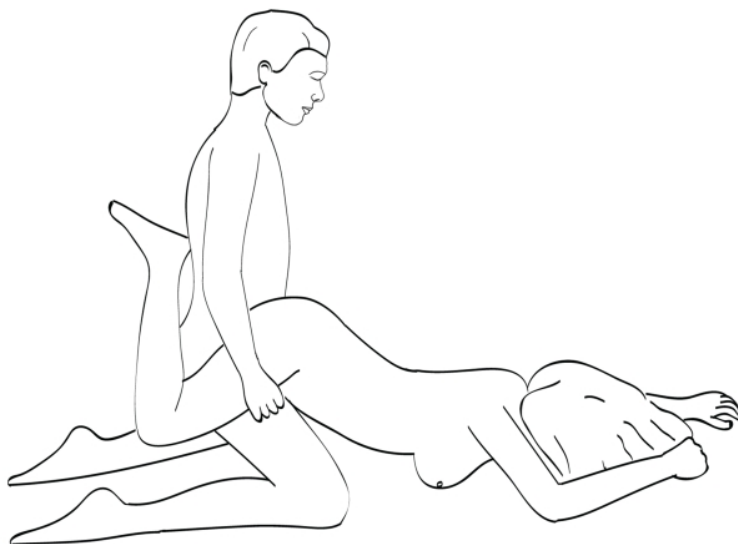


Sus piernas están dobladas pero cerradas. Las pone en el pecho de su amante mientras se apoya en sus brazos rectos detrás de ella.

60. La Esfinge

Esta es una posición acostada para la mujer. Se acuesta sobre el vientre, estirando las manos hacia arriba y abriendo las piernas. Su hombre se arrodilla detrás de ella, entre las piernas. La levanta por sus muslos. Mientras tanto, ella dobla las piernas por las rodillas mientras él la penetra.

El hombre tiene el control total de la situación y la mujer puede permanecer completamente relajada, disfrutando el momento.



61. Cabalgada normanda

El hombre yace boca arriba con las piernas extendidas. Su compañera lo monta con sus nalgas hacia la parte superior del cuerpo. La mujer luego se arrodilla sobre su pene.

Se inclina hacia adelante y presiona sus manos contra sus piernas, moviéndose hacia arriba y hacia abajo suavemente o vigorosamente.



62. El perezoso

El hombre está acostado en la cama con las rodillas en el borde y los pies en el piso. La mujer está a horcajadas con los pies firmemente plantados en la cama y la espalda hacia su compañero.

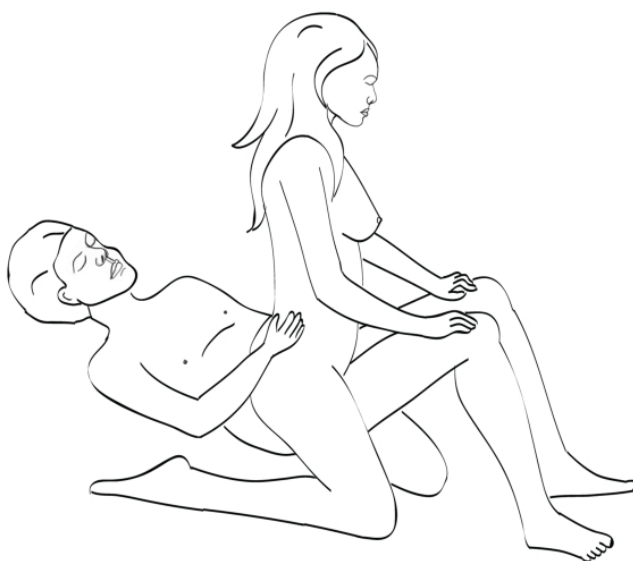
Esta es una excelente posición para la mujer, ya que tiene el control total del ritmo y la profundidad de la penetración, pero puede ser agotadora para sus piernas (¿por qué no usarla como una sesión de entrenamiento sexi?). El hombre puede ayudarla poniéndole las manos justo debajo de las nalgas para soportar un poco su peso corporal.



Variante sexi: La mujer usa un juguete sexual en ella misma mientras se mueve.

63. El apoyo divino

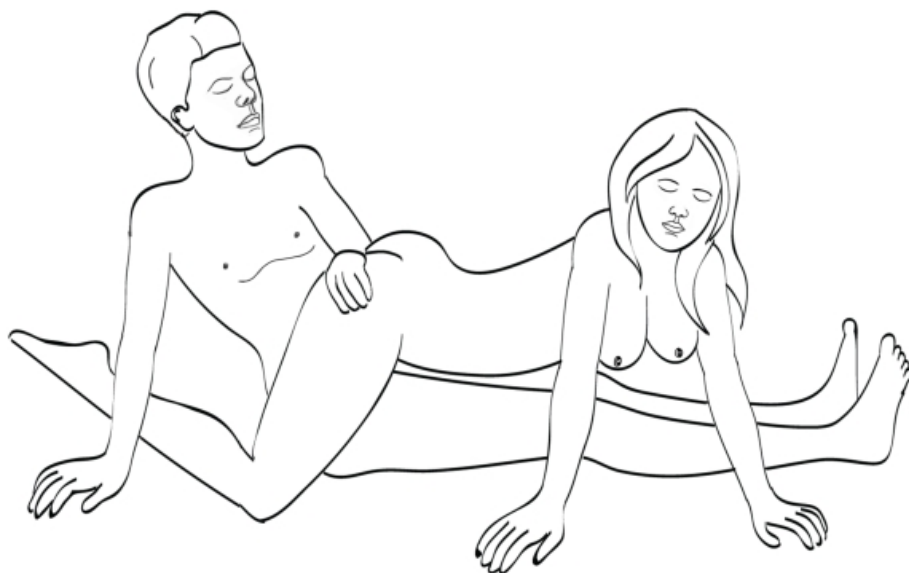
Esta es una revisión de la tumbona. El hombre yace boca arriba y dobla las piernas a la altura de las rodillas. La mujer lo monta con la espalda hacia él. Luego se sienta en su pene mientras se inclina sobre sus rodillas, poniendo la rodilla derecha fuera del muslo derecho de su pareja y la rodilla izquierda entre las piernas (o viceversa).



Aquí ella tiene control total del movimiento, usando las piernas o rodillas para hacer presión. Esta posición puede no ser ideal para las parejas con una diferencia de altura notable, pero si la mujer es mucho más baja, el hombre puede poner sus manos debajo de sus nalgas para darle un pequeño empujón y ayudarla a moverse hacia arriba y hacia abajo.

64. El Jardín del Edén

El hombre se sienta en la cama con las piernas extendidas. Su amante lo monta con la espalda y las nalgas hacia el pecho, mientras que la parte superior del cuerpo está girada hacia un lado. La mujer sostiene su peso sobre sus brazos.



Esta posición es perfecta para la mujer que le gusta controlar los movimientos, el ritmo y la profundidad.

Mientras tanto, las manos del hombre están completamente libres para explorar el cuerpo de su compañera y expandir sus sensaciones.

65. Contemplación

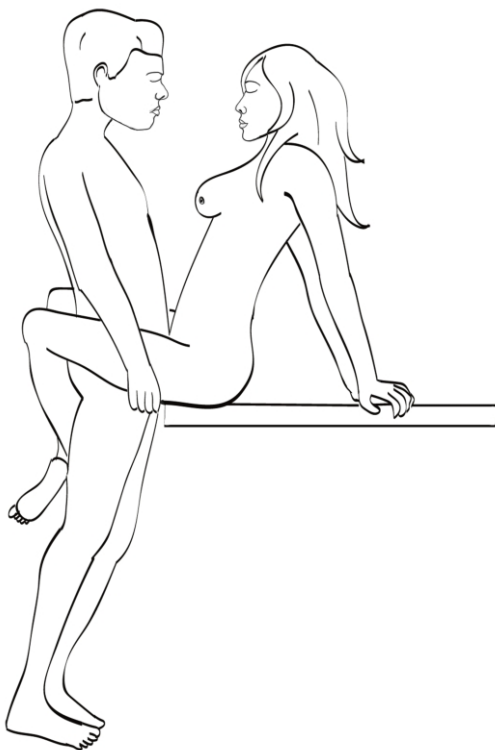
La mujer se sienta en una silla o sofá y se mueve hacia adelante para estar cerca del borde.

El hombre se arrodilla delante, entre las piernas de su compañera, y lentamente la penetra. La agarra por los muslos mientras ella lo acerca de la cintura o las nalgas.



66. El candado

La mujer se sienta en una mesa u otra superficie dura y elevada. El hombre se acerca a ella desde el frente y suavemente la tira hacia él. Ella envuelve sus pies alrededor de las nalgas del hombre y se inclina hacia atrás, permitiéndole penetrarla completamente.



En esta posición, el hombre tiene más espacio para penetrar y la mujer está relajada mientras permanece sentada cómodamente. La penetración aquí es profunda y muy satisfactoria. Pueden ir rápido o lento; en ambos casos, los dos alcanzarán la satisfacción final.

67. La ascensión de la lujuria

Esta es otra posición que introduce cierta variedad en la rutina de su dormitorio.

Comienza con la mujer sentada en la cama, apoyando su peso en los brazos detrás de ella y abriendo las piernas.



El hombre se arrodilla ante ella, entre sus piernas. Luego ella apoya sus piernas sobre sus hombros y empuja sus nalgas hacia arriba, apoyando su peso sobre sus brazos. Su amante la ayuda a estar de pie sosteniendo sus piernas justo encima de sus rodillas.

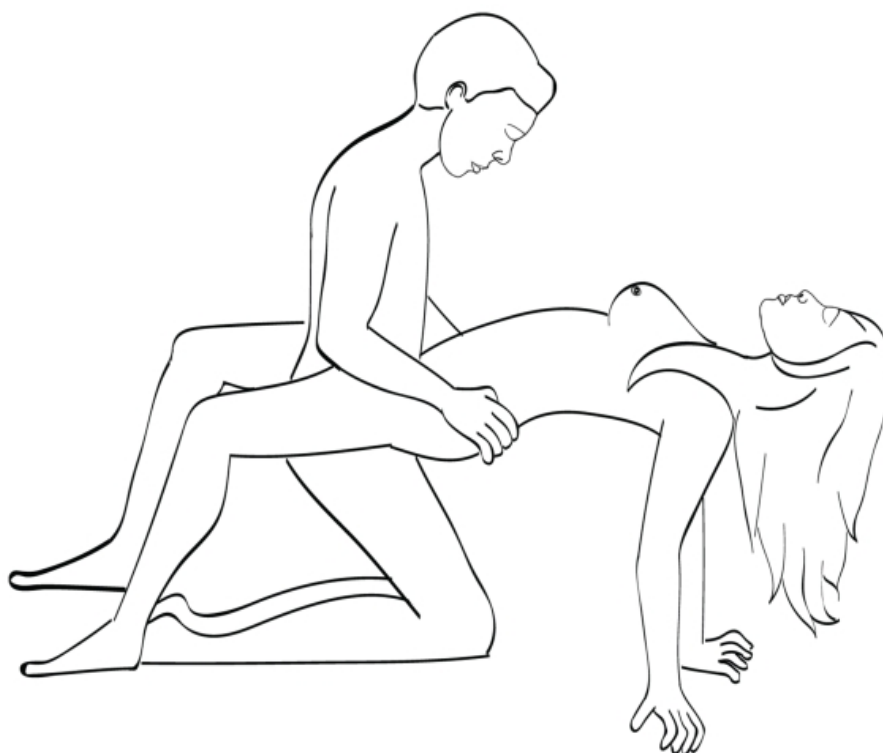
Después de eso, penetra a su mujer y comienza a moverse, controlando la velocidad y el ritmo. Esta posición requiere algo de fuerza y equilibrio del hombre.

No es un problema si la mujer cae sobre sus brazos, ya que es fácil comenzar de nuevo la posición. Una vez que consigan dominarla, ¡descubrirán que las sensaciones que ofrece valen la pena!

68. El puente levadizo

Esta es una posición relativamente fácil, pero que los satisfará sin duda. El hombre se arrodilla y abre las piernas. La mujer “se sienta” en su pene frente a él y abre las piernas.

Así que ella mantiene el equilibrio sobre sus brazos extendidos y presiona las palmas de las manos, doblando todo su cuerpo, casi en posición de puente.

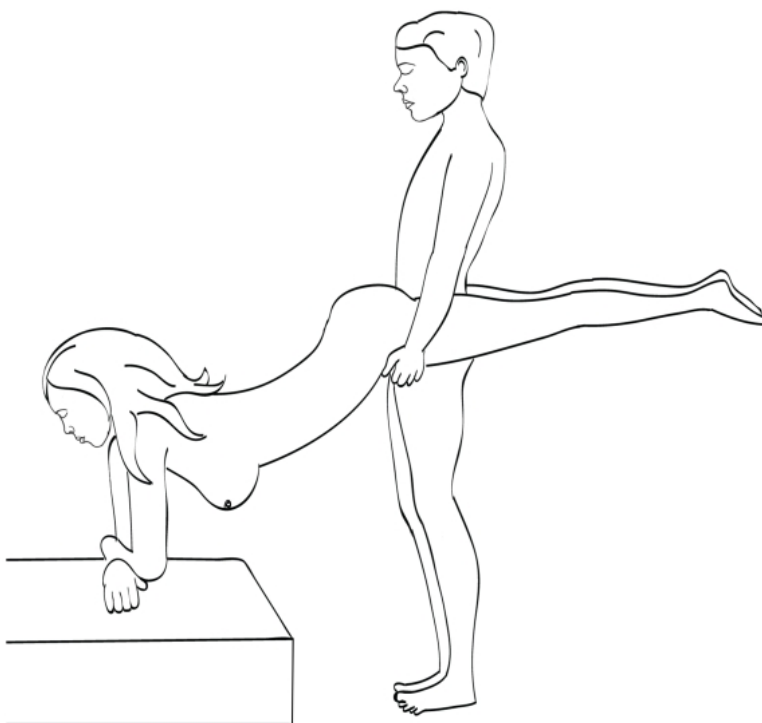


Su amante sostiene sus nalgas en sus manos, moviéndolas al ritmo de su meneo. ¡Una poderosa explosión orgásmica está garantizada!

69. La carretilla

Esta posición requiere cierta fuerza en la parte superior del cuerpo del hombre. La mujer se inclina sobre el borde de la cama, apoyada sobre sus brazos.

Sus piernas están en el piso, lo suficientemente abiertas como para permitir que su hombre se acerque bastante. Luego él levanta sus piernas sujetándola por las caderas y sostiene la mitad inferior de su cuerpo en el aire mientras la penetra.



Para la mujer, esta posición es más delicada para las caderas que la posición del perrito. También puede abandonarse y encontrar el ángulo perfecto que le permita una estimulación intensa del punto G.